

鈴の花・ふろりある・みのりいちば保育園(一般)

2024年03月分の献立

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前					1 麦茶、ぼたぼた焼き	2 麦茶、源氏パイ
昼食					御飯、ポークチャップ、キャベツとちくわのサラダ、みそ汁(かぼちゃ・だいこん)	ねぎ塩豚丼、きゅうりとハムのサラダ、みそ汁(なす・にんじん)
午後					牛乳、ココナッツサブレ	乳製品・菓子などのおやつ
午前	4 麦茶、雪の宿	5 麦茶、ソフトサラダせんべい	6 牛乳、マリービスケット	7 麦茶、ぱりんこ	8 麦茶、ぼたぼた焼き	9 麦茶、ココナッツサブレ
昼食	☆ひなまつり献立☆、ちらし寿司、鶏肉の照り焼き、ブロッコリーのごまあえ、すまし汁(豆腐・こまつな)	御飯、さけのフライ、ほうれん草とえのきのお浸し、五目みそ汁(さといも)	カレーライス、白菜のサラダ、ぶどうゼリー	御飯、赤魚の煮つけ、キャベツのおかか和え、みそ汁(さつま芋・チンゲン菜)	あんかけ焼きそば、ごぼうときゅうりのサラダ、中華スープ(ねぎ・いも)	照り焼き丼、もやしあえ、みそ汁(玉ねぎ・わかめ)
午後	カルピス、ひなあられ	牛乳、ビスコ	麦茶、カルシウムせんべい	麦茶、たべっこ動物	麦茶、(手)豚塩おにぎり	乳製品・菓子などのおやつ
午前	11 麦茶、雪の宿	12 麦茶、ソフトサラダせんべい	13 麦茶、カルシウムせんべい	14 ジョアストロベリー、たべっこ動物	15 麦茶、ぼたぼた焼き	16 麦茶、マリービスケット
昼食	御飯、ほっけの塩焼き、豚肉と蓮根炒め、みそ汁(チンゲン菜・だいこん)	和風スパゲティ、じゃが芋とツナのオープン焼き、チキンスープ(かぶ)	豚そぼろ丼、チンゲン菜とちくわのさっと煮、みそ汁(さつま芋)	御飯、鯖の塩麹揚げ、キャベツの納豆あえ、みそ汁(鶏肉・なす)	☆お誕生日会献立☆、ハムチーズサンド、のり塩チキン、かぼちゃのサラダ、スープ(野菜)	中華丼、にんじんとささみのサラダ、はるさめスープ(はくさい)
午後	牛乳、源氏パイ	麦茶、りんご	牛乳、マリービスケット	麦茶、ぱりんこ	牛乳、(手)さつま芋ケーキ	乳製品・菓子などのおやつ
午前	18 麦茶、雪の宿	19 牛乳、源氏パイ	20	21 麦茶、ソフトサラダせんべい	22 麦茶、マリービスケット	23 麦茶、カルシウムせんべい
昼食	御飯、たらのパン粉焼き、肉じゃが、みそ汁(さといも・小松菜)	カレーうどん、わかめサラダ、バナナ		御飯、油淋鶏、きゅうりの中華風サラダ、たまごスープ(にら)	☆お別れ会献立☆、とりそぼろ混ぜごはん、あじの照り焼き、ブロッコリーとコーンの和え物、みそ汁(かぼちゃ・ねぎ)	ハヤシライス、紅白サラダ、コンソメスープ
午後	麦茶、ココナッツサブレ	麦茶、アンパンマンポテト		牛乳、ビスコ	りんごジュース、(手)パフェ	乳製品・菓子などのおやつ
午前	25 麦茶、たべっこ動物	26 牛乳、源氏パイ	27 麦茶、ぼたぼた焼き	28 麦茶、雪の宿	29 牛乳、マリービスケット	30 麦茶、カルシウムせんべい
昼食	御飯、サバのごま焼き、ごぼうサラダ、みそ汁(もやし・えのき)	御飯、肉豆腐、小松菜のおかかあえ、みそ汁(かぶ・わかめ)	御飯、赤魚の南部焼き、キャベツとちくわの酢和え、豚汁	御飯、ハンバーグ、さつまいもサラダ、みそ汁(チンゲン菜・だいこん)	御飯、鶏肉のごまみそ焼、ブロッコリーとツナの和え物、すまし汁(ほうれん草)	ひき肉あんかけ丼、ひじきのサラダ、みそ汁(かぼちゃ・なす)
午後	牛乳、(手)マカロニきな粉	麦茶、ぱりんこ	麦茶、ヨーグルト	麦茶、ビスコ	麦茶、ソフトサラダせんべい	乳製品・菓子などのおやつ
	月平均栄養価：エネルギー380kcal、タンパク質15.1g、脂質11.3g、食塩1.3g					